

(Le) *Soi voyageur* & (l')*Acteur spirituel*[®]

Le SOCLE[®] module 1 : **Vivants !**

du **lundi 15 mars 2020** à partir de **17h00**

au **dimanche 21 mars 2020, 12h30**

AFFAIRES à APPORTER

- vêtements confortables (si possible blancs et sans marques), peau de mouton, zafu (coussin, support pour les fesses)
- tongs ou espadrilles pour l'intérieur de la maison
- chapeau, couvre-chef ou casquette pour se protéger du soleil, au cas où...
- foulard

- vêtements d'extérieur ne craignant vraiment rien
- chaussure de marche
- gourde / thermos
- sac de couchage suffisamment chaud
- couverture personnelle et sac à dos
- veste coupe-vent (style K-Way) (*facultatif...*)

- produit anti-moustiques (*facultatif...*)
- protection solaire (lunettes, crème écran) (*facultatif*)
- maillot de bain et serviette de bain (piscine)
- linge de toilette (non fourni)

- stylos, crayons, cahier (petit format)

Et aussi bien sûr le minimum « normal » : brosse à dents... etc.

- de nombreux tissus colorés, même abimés ou déchirés...

[pour celles et ceux qui choisissent l'option « tente »]

- tente individuelle et sac de couchage
- bon tapis de sol ou petit matelas gonflable ou auto-gonflable (*facultatif*)